

Rezept

Spargelsalat mit Eiern

Ein Rezept von Spargelsalat mit Eiern, am 03.06.2025

Zutaten

250 g grüner Spargel	250 g weißer Spargel
Salz	1 Stück Würfelzucker
2 Schalotten	1 Bund Kerbel
1 TL Olivenöl	1 ½ EL Weißweinessig
½ EL Ahornsirup	1 EL Walnussöl
Meersalz	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
4 kleine Eier (Größe S)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 310 kcal

Zubereitung

1. Den Spargel schälen, die holzigen Enden entfernen, die Stangen schräg in 3 Stücke schneiden. Wasser mit Salz und Zucker aufkochen lassen. Zuerst die unteren Spargelstücke zugeben, nach 2 Min. die mittleren Stücke zufügen und nach 2-3 Min. die Spargelspitzen zugeben und 2 Min. mitgaren. Die Spargelstücke in ein Sieb abgießen und kalt abbrausen.
2. Schalotten schälen und fein würfeln. Kerbel abbrausen und trocken schütteln, einige Blätter ganz lassen und den Rest hacken. Olivenöl erhitzen, die Schalotten darin in 3 Min. glasig dünsten, mit Essig ablöschen. Ahornsirup und Walnussöl untermischen, das Dressing salzen und pfeffern. Den gehackten Kerbel unter die Vinaigrette rühren. Den Spargel auf einer Platte anrichten und mit der Vinaigrette beträufeln.
3. Die Eier in 4-5 Min. wachweich kochen, dann pellen, halbieren und auf dem Spargel anrichten. Salzen, pfeffern und mit Kerbelblättern bestreuen.